

Mind Alive Nederland



[DAVID DELIGHT PLUS HANDLEIDING]

Bediening en onderhoud van uw AVE--apparatuur

WAARSCHUWING

Personen die

- a) lijden of hebben geleden aan (fotosensitieve) epilepsie of eender welke aanvalziekte,
- b) lijden aan een mentale afwijking of psychiatrische ziekte,
- c) EENDER welke drugs gebruiken (op recept of recreatieveel),
- d) onder invloed zijn van alcohol,
- e) hoofdletsel hebben gehad,
- f) ooit een aanval hebben gekregen,

dienen de DAVID Delight Plus niet te gebruiken tenzij onder supervisie van een arts of zorgleverancier met bevoegdheid in de veilige waarneming van aanvallen

MELDING AAN ZORGLIVERANCIERS

Het is de verantwoordelijkheid van de gezondheidszorgleverancier om een deugdelijke intake uit te voeren waarin bovenstaande zaken aan de orde komen. Mind Alive Inc., zijn werknemers, leveranciers en verdelers dragen geen enkele verantwoordelijkheid voor schade als resultaat van een aanval of psychiatrische toestand die voortkomt uit voorschrift van dit apparaat.

KLINISCH ONDERZOEK TOONT AAN DAT DE DELIGHT PRO
EFFECTIEF IS IN DE REDUCTIE VAN COGNITIEVE AFTAKELING, ADD,
(SEIZOENS)DEPRESSIE, SLAPELOOSHEID EN ANGSTEN

Alle rechten voorbehouden.

Volledige of gedeeltelijke reproductie is verboden zonder de uitdrukkelijke schriftelijke toestemming van Mind Alive Inc.

Tru-Vu Omniscreen Eyesets (visor) beschermd onder U.S.Patent 5,709,645

© 2010

Mind Alive Inc.
Edmonton, Alberta, Canad

Version 1, Revision 1
October 2010

INHOUD

INHOUD	1
INTRODUCTIE	1
WAARSCHUWINGEN	2
WAARSCHUWINGEN	3
GARANTIE EN ONDERHOUD	4
GARANTIE EN ONDERHOUD	5
DE DAVID-ERVARING	6
BESCHRIJVING ICONS	7
BESCHRIJVING ICONS	8
HARTRITMEVARIABILITEIT (HRV)	9
SNELLE START (AVE)	10
BEDIENING SESSIES	11
BEDIENING AVE	12
BEDIENING AVE	13
DELIGHT PLUS SESSIES	14
DELIGHT PLUS SESSIES	15
DELIGHT PLUS SESSIES	16
SOUND SYNC SESSIES	17
ZELF ONTWERPEN SESSIES	18
TROUBLESHOOTING	20
NASLAGWERKEN	21
KAFT ACHTERZIJDE	

INTRODUCTIE

U bent eigenaar van het meest innovatieve, kwalitatief hoogstaande audiovisueel entrainment (AVE) apparaat dat in de markt beschikbaar is. De DAVID Delight verenigt de nodige principes voor een veilige en effectieve AVE ervaring. We zijn er zeker van dat u de DAVID Delight Plus niet enkel als prettig en ontspannend zult ervaren, maar tevens als een nuttig instrument bij uw verkenning van een verhoogde staat van bewustzijn. Dankzij zijn draagbaarheid is de DAVID Delight Plus makkelijk op reis mee te nemen (röntgenapparatuur op luchthavens is niet schadelijk voor de DAVID Delight Plus).

Lees deze bedieningshandleiding zorgvuldig voor maximaal genot en voordeel bij het gebruik van uw DAVID Delight Plus.

LIJST ONDERDELEN

- ✓ DAVID Delight Plus – Serienummer _____
- ✓ Tru-Vu Omniscreen Visor (wit) en Draagtas
- ✓ Koptelefoon
- ✓ Stereo Verbindingskabel
- ✓ Draagtas
- ✓ 9-Volt Alkaline Batterij
- ✓ 9-Volt DC Power Adapter
- ✓ Delight Plus Handleiding

EXTRA ACCESSOIRES

- DAVID Session Editor
- Pakket voor Extra Gebruiker (visor, koptelefoon en splitterkabel)
- Tru-Vu Omniscreen Multi-Color Visor
- Tru-Vu Omniscreen Viewhole Visor (voor gebruik met open ogen, verkrijgbaar in wit, blauw, groen en geel)
-

WAARSCHUWINGEN

AUDIO-VISUELE ENTRAINMENT (AVE)

Wanneer u aan (fotosensitieve) epileptische, of andere aanvallen lijdt of heeft geleden: Wij raden eenieder die een geschiedenis van (fotosensitieve) epileptische of andere aanvallen heeft, het gebruik van de Delight Plus af tenzij onder toezicht van een zorgleverancier die bevoegd is op het gebied van de veilige waarneming van aanvallen.

Wanneer u hersenletsel hebt gehad of aan een geestelijke afwijking of psychiatrische ziekte lijdt: Wij raden eenieder die hersenletsel heeft gehad of een verleden van geestelijke afwijkingen of psychiatrische ziekten heeft, het gebruik van de DAVID Delight Plus af, tenzij onder toezicht van een bevoegd zorgleverancier .

Wanneer u drugs of alcohol gebruikt: Wij raden eenieder die recreatieve drugs gebruikt of bovenmatig veel alcohol consumeert, het gebruik van de DAVID Delight Plus af tenzij onder toezicht van een bevoegd zorgleverancier.

Wanneer u de Delight voor het eerst gebruikt: Wij raden u aan, de DAVID Delight Plus altijd zittend of liggend te gebruiken. Tevens raden wij nieuwe gebruikers aan de sessies met lage lichtintensiteit in de visor te beginnen. Wanneer u tijdens een sessie hoogtevrees, misselijkheid, euforie, déjà-vu of een gevoel van mentale instabiliteit ervaart, verlaag de lichtsterkte in de visor en het volume van de tonen of staak de sessie.

HET IS DE VERANTWOORDELIJKHEID VAN DE ZORGLIVERANCIER OM EEN DEUGDELIJKE INTAKE UIT TE VOEREN WAARIN BOVENVERMELDE ZAKEN AAN DE ORDE KOMEN. MIND ALIVE INC., ZIJN WERKNEMERS, LEVERANCIERS EN VERDELERS DRAGEN GEEN ENKELE VERANTWOORDELIJKHEID VOOR SCHADE ALS GEVOLG VAN EEN AANVAL OF PSYCHIATRISCHE CONDITIE DIE KAN VOORTKOMEN UIT HET GEBRUIK VAN DIT APPARAAT.

WAARSCHUWINGEN

VOORZORGSMAATREGELEN

Traumatische jeugdervaringen – Gebruik van de DAVID Delight Plus kan onderdrukte herinneringen doen bovenkomen. Wanneer zich tijdens of na een sessie traumatische herinneringen voordoen, dient u de juiste hulp te zoeken

Schrikreflex – Bij het abrupt terugkeren naar een gewone staat van bewustzijn kan zich een milde schrikreflex voordoen, waardoor de gebruiker zich gedesoriënteerd of misselijk voelt, of hoofdpijn krijgt. Alle ingeprogrammeerde sessies zijn ingesteld om te eindigen met wegstervende lichten (Soft Off™) teneinde de schrikreflex te voorkomen.

Orthostatische hypotensie – Het kan gebeuren dat gebruikers dermate ontspannen raken, dat hun bloeddruk aanzienlijk daalt. Wij raden dan ook aan, langzaam overeind te komen na een sessie

GARANTIE EN ONDERHOUD

De DAVID Delight Plus is gegarandeerd tegen constructionele en materiële defecten voor de periode van een jaar vanaf de datum van aanschaf onder de binnen die periode vallende voorwaarden. Wanneer dit apparaat defect raakt binnen de periode van een jaar, zal het kosteloos gerepareerd of vervangen worden. Gemaakte verzend- en verzekeringskosten voor het retourneren van de DAVID Delight Plus vallen onder de verantwoordelijkheid van de klant.

VOOR ACTIVERING VAN UW GARANTIE GELIEVE ONLINE TE REGISTREREN OP WWW.MINDALIVE.COM/REGISTRATION.HTM OF TELEFONISCH CONTACT OP TE NEMEN OP 1 (800) 661-MIND (ENKEL CANADA EN VS) OF OP (780) 465-6463.

Deze garantie denkt GEEN:

- schade opgelopen tijdens verzending
- schade door ongevallen wegens abnormaal gebruik
- verkeerde installatie batterijen
- kabels voor koptelefoon en Omniscreen™ visor
- schade veroorzaakt door buitengewone statische elektriciteit
- schade veroorzaakt door geknutsel met de DAVID Delight Plus door een onbevoegd persoon.

RETOURNEREN VOOR REPARATIE

Indien uw Delight Plus moet worden gerepareerd, gelieve uw serviceafdeling te contacteren op 1(800) 661-MIND (enkel voor Canada en U.S.) of (780) 465-6463 om een autorisatienummer en belangrijke verzendinstructies te ontvangen..

Wanneer u de Delight Plus retourneert, verpak hem in minstens twee centimeter aansluitende verpakking aan alle kanten in stevig karton. Mind Alive Inc. noch koerierbedrijven zullen opdraaien voor schade veroorzaakt wegens slecht verpakte goederen. Plak een etiket op de verpakking met **"FRAGILE, HANDLE WITH CARE."** Voeg een kopie van uw aankoopbon en een korte beschrijving van het probleem aan de verzending toe. Alle verzend- en verzekeringskosten vallen onder de verantwoordelijkheid van de klant.

GARANTIE EN ONDERHOUD

VOOR V.S.- EN INTERNATIONALE KLANTEN

Nalatigheid bij het adequaat invullen van de eventuele benodigde douane- en verschepingsformulieren kan resulteren in extra kosten voor de klant. Niet alle koeriersbedrijven vermelden verschepingskosten in hun offertes. De klant is verantwoordelijk voor alle toeslagen. Apparatuur wordt niet getourneerd aan de klant totdat deze kosten betaald zijn. Vermeld op ALLE verzenddocumentatie ***"RETURN TO COUNTRY OF ORIGIN FOR REPAIRS UNDER WARRANTY"***.

ONDERHOUD

Gebruik een zachte, licht bevochtigde doek (gebruik water of een milde reiniger) voor het reinigen van de DAVID Delight Plus. Gebruik geen oplosmiddelen. Stel de DAVID Delight Plus niet bloot aan statische elektriciteit. Plaats de Delight niet in de nabijheid van warmtebronnen zoals radiatoren, luchtkanalen of in direct zonlicht. Wanneer vloeistof in de DAVID Delight Plus terecht komt, schakel het apparaat onmiddellijk uit. Wanneer vocht de elektronika binnendringt, adviseren wij de DAVID Delight Plus te laten nakijken door een gekwalificeerd monteur voordat u het gebruik hervat.

DISCLAIMER

Mind Alive Inc., zijn werknemers, bevoegde verkopers en verdelers zullen op geen enkele wijze verantwoordelijk worden gehouden voor eender welke claim, eis, actie, gevolg van actie, aansprakelijkheid of schade als gevolg van letsel resulterend uit slecht functioneren of defect van de DAVID Delight Plus, opzettelijk of nalatig, aan personen dan wel schade aan eigendom van de koper, werknemers van de koper, personen aangewezen door de koper voor training in gebruik van de DAVID Delight Plus, klanten of patiënten van de koper, of eender welk persoon aangewezen door de koper voor eender welk doel, voorafgaand aan of volgend op acceptatie, levering, installatie en gebruik van de DAVID Delight Plus op de locatie van Mind Alive Inc. of ten huize van de verkoper, verdeler of de koper. De koper, werknemers van de koper, klanten of patiënten van de koper of eender welk persoon aangewezen door de koper voor eender welk doel zien bij deze af van eender welke actie met betrekking tot de hierbovenvermelde voorwaarden.

DE DAVID-ERVARING









Welkom in de wereld van de DAVID Delight Plus, een digitaal audiovisueel entrainment (AVE)-apparaat, ontworpen om u te ondersteunen bij uw zoektocht naar gezondheid door bevordering van harmonieuze samenwerking tussen verschillende gedeelten van het brein. Met behulp van AVE ervaart u zichzelf op nieuwe en heilzame wijze. Gebruikers van de DAVID Delight ondervinden:

- diepe ontspanning en tegelijkertijd een energiek gevoel
- visuele beelden, kleuren en patronen
- een gevoel van “geaardheid en kalmte
- betere mentale helderheid voor het oplossen van problemen
- verbetering van menselijke relaties
- opgewektheid
- geestelijke scherpte







Hoe en waarom gebeurt dit? Een aantal verandering vindt plaats tijdens en na een AVE-sessie:

- 1) Dissociatie of onthechting, de eerste stap naar meditatie en het leegmaken van de geest. Uitsluiten van gedachten en verlies van lichamelijk bewustzijn is vergelijkbaar met de ervaringen van beoefenaars van transcendentale of Zen-meditaties
- 2) Toename van de bloedtoevoer naar de hersenen. Er bestaat een duidelijk verband tussen de meeste cognitieve en emotionele aandoeningen en een lage bloedtoevoer naar gedeelten van de hersenen. Onderzoek door Fox en Reichle (1985) heeft aangetoond dat AVE bloedtoevoer naar de hersenen met 28% doet toenemen
- 3) Verandering van de EEG-activiteit. Het concept entrainment betreft de verandering van de hersengolfactiviteit. Kwantitatief EEG (QEEG)-onderzoek bevestigt de stabilisatie van hersenactiviteit als gevolg van een AVE-sessie. Afwijkende hersengolfactiviteit bij verschillende aandoeningen zoals (seizoens)depressie, angsten, ADD, chronische vermoeidheid, etc, wordt tot gezondere patronen geherstructureerd.
- 4) Verandering van de neurotransmitters. Shealy heeft aangetoond dat toename van serotonine en epinephrine plaatsvindt, volgend op het gebruik van AVE
- 5)

BESCHRIJVING ICONS

Icon	Bediening
	<i>Power</i> Schakel de Delight Plus aan/uit Handmatige instelling Soft Off™
	<i>Start Sessie/Bediening van Tonen en Hartslag</i> Start de gekozen sessie, reeks beschikbare tonen Zet de hartslag aan/uit
VOL 	<i>Volume</i> Verhoog of verlaag het volume van de tonen en hartslag
INT 	<i>Intensiteit</i> Verhoog of verlaag de lichtsterkte in de Omniscreen visor.
Icon	Contact
	9-Volt DC Power Adapter
	Audio Input (3.5mm, stereo)
	Koptelefoon
	Tru-Vu Omniscreen Visor

BESCHRIJVING ICONS

Icon	Sessie <i>(zie pag. 14 voor beschrijving)</i>
	Energize
	Meditate
	Brain Booster
	Sleep
	Mood Booster
	Zelf Ontworpen

HARTRITMEVARIABILITEIT (HRV)

Lange harmonieuze ademhalingcycli maken vanouds deel uit van meditatie. Wetenschappelijke analyse van deze techniek heeft aangetoond dat ze een overspannen autonoom zenuwstelsel kan kalmeren. Zowel sympathische (vlucht-of-vecht) als parasymphatische (de herstellingsinspanning van het brein) activiteit reguleert zich actief door toepassing van gecontroleerde, vertraagde, diepe ademhaling.

Het hart klopt sneller bij elke inademing, en trager bij elke uitademing. Het verschil tussen de snelste en de langzaamste hartslag bij elke ademhaling heet Hartritmevariabiliteit (HRV). Bijvoorbeeld: een ontspannen persoon die gecontroleerd ademhaalt, heeft een doorsnee hartslag van 80 bpm (slagen per minuut) bij de inademing, en tot 65 bpm bij uitademing. Het verschil of de "swing" is ongeveer 15 bpm. Wanneer mensen in een stress-situatie belanden, kunnen er HRV-verschillen van 3 bpm HRV tot occasionele pieken van tot wel 30 bpm HRV optreden. Dit is abnormale activiteit en belast het hart.

VOOR HRV-GECONTROLEERDE ADEMHALING, LUISTER NAAR DE HARTSLAG OP DE DELIGHT PRO VIA DE KOPTELEFOON. ADEM TWEE HARTSLAGEN IN EN TWEE HARTSLAGEN UIT. (NB: NIET UW EIGEN HARTSLAG!)

De HRV-toepassing in de DAVID Delight Plus is op basis van een ademhalingscyclus van 10 seconden. Alle sessies op de Delight Plus beginnen met 7 ademhalingen / minuut (28 hartslagen / min.) en vertragen naar 6 ademhalingen / minuut (24 hartslagen / min). Hiermee kunt u geleidelijk aan vertragen naar een meditatieve ademhaling, en gunt dit u de tijd om te ontspannen.

SNELLE START (AVE)


Vind een comfortabele plek

Sessies duren gemiddeld 30 minuten. Zoek een plek waar u niet gestoord wordt. Stille, donkeren plekken verdienen de voorkeur.


Blijf gehydrateerd

Drink een glas water ten minste 15 minuten vóór de sessie. Door gehydrateerd te blijven, vermijdt u hoofdpijn of een groggy gevoel.


Op stroom

Steek 9V batterijcompartiment volgens het diagram. Of verbind de 9V adapter met het -contact.


Aansluiting visor

Steek het ene uiteinde van de visorkabel in het contact aan de linkerkant van de bril, het andere uiteinde in het -contact op het apparaat.


Aansluiting koptelefoon

Verbind de koptelefoon met het -contact op het apparaat.

Inschakelen Delight Plus

Druk op  en houd vast tot het powerlichtje brandt.

Kies een sessie

Tik  op en kies sessiegroep (icon brandt). Tik op VOL of INT  of  en kies sessienummer. Druk op  en start sessie. Zie sessielijst voor details (pag. 14).

Onspan en geniet

De sessie begint in 5 seconden. Zet de koptelefoon en de visor op. Sluit uw ogen en ontspan.

BEDIENING SESSIES

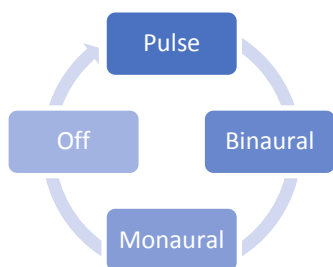
VOLUME

Het volumeniveau regelt zowel de tonen als de hartslag. Er zijn 30 volumeniveaus. Afstemming door vasthouden en loslaten met VOL ▲ on ▼ knop. Het grafiek geeft het niveau weer. Geen afstemming mogelijk gedurende Soft Off™.

INTENSITEIT

Het intensiteitsniveau regelt de lichtsterkte in de visor. Er zijn 15 niveaus. Afstemming door vasthouden en loslaten met INT ▲ en ▼. De grafiek geeft het niveau weer. Geen afstemming mogelijk gedurende Soft Off™.

Alle knoppen van de Delight Plus zijn in reliëf voor bediening met gesloten ogen.



TONEN

De Delight Plus beschikt over drie (3) verschillende toonopties: Pulse Tones, Binaural Beats en Stereo Monaural Beats. Tonen kunnen desgewenst uitgeschakeld worden. Alle sessies starten met Pulse Tones. Voor toonkeuze scroll met de Tone (🎵)-knop langs de opties.

HARTSLAG

Alle sessies starten met Hartslag Aan. Met de hartslag kunt u uw ademhaling regelen voor betere HRV (zie pag. 9). Schakel de hartslag aan/uit door drukken op en vasthouden van Tone (🎵).

VOORKEUREN OPSLAAN

Sla uw voorkeuren voor Volume, Intensiteit, Toon, en Hartslag voor elke sessie. Regel volume, intensiteit, en toon en druk vervolgens tegelijkertijd op INT ▲ en ▼. De sessiegroep-icon knippert. Zet de sessie voort of beëindig onmiddellijk. De Delight Plus slaat de voorkeurstellingen op voor de volgende keer dat u die sessie afspeelt.

BEDIENING AVE

STARTEN

Verbinding van de koptelefoon via het (🎧)-contact. Met het apart leverbare pakket voor extra gebruik kunt u de 3,5mm splitterkabel met de Delight Plus verbinden en de twee koptelefoons met de splitterkabel. Het is raadzaam de koptelefoons uit het apparaat te halen voor opslag of reizen om beschadiging van het contact te voorkomen.

Verbinding van Tru-Vu Omniscreen, Tru-Vu Omniscreen Viewhole en de Tru-Vu Omniscreen Multi-Color visor via het (🕶️)-contact met bijgeleverde 2,5mm verbindingkabel. Steek het ene uiteinde in de Delight Plus en het andere in het contact links onderaan de bril. Met het apart leverbare pakket voor extra gebruik kunt u de 2,5mm splitterkabel met de Delight Plus verbinden en twee visors met de splitterkabel. Het is raadzaam de visorkabel uit het apparaat en de bril te halen voor opslag en bij reizen om beschadiging van de contacten te voorkomen.

Een externe audiobron (zoals MP3 of CD-speler) kan met de Delight Plus worden verbonden, voor het beluisteren van muziek of andere audio tijdens een sessie. Steek de stereo verbindingkabel in de koptelefoonoutput van het audio-apparaat en de audio-input (🔊) van de Delight Plus. **NB: schakel de Delight Plus in en kies sessie voordat u de audio afspeelt tenzij u een Sound Sync Session wilt draaien (zie pag. 17).**

STROOM

De Delight Plus functioneert op een 9-volt alkaline of heroplaadbare batterij, dan wel met de bijgeleverde 9-Volt-adapter. Voor installatie van de batterij: schuif het deksel van het batterijcompartiment op de achterkant van de unit opzij. Steek een 9-volt batterij in het compartiment. Schuif het deksel weer op zijn plaats. Een alkaline 9-volt batterij is goed voor ongeveer zeven (7) uur gebruik.

Voor gebruik van de 9-Volt adapter: verbind adapter met het 9V🔌-contact op de zijkant van het apparaat. De 9-Volt DC adapter functioneert met een 1,3mm centrumpositieve stekker. Tijdens gebruik met de adapter wordt geen batterijvermogen gebruikt.

BEDIENING AVE

AAN/UITZETTEN

Druk op (🔊) en houd ingedrukt totdat de Power-LED oplicht. De grafiek (tussen VOL en INT) toont batterijniveau wanneer het apparaat voor het eerst wordt ingeschakeld (zie *Batterijniveau* Batter). Indien binnen twee (2) minuten geen sessiekeuze plaatsvindt, schakelt de Delight Plus uit.

Aan het einde van een sessie sterven lichten en geluiden weg (Soft Off™) en schakelt de Delight Plus automatisch uit. Voor vroegtijdige beëindiging van een sessie, druk op (🔊) en laat los. De Soft Off™ (30 seconden) treedt in werking. Om de Delight Plus uit te schakelen, druk op (🔊) en houd ingedrukt tot het apparaat uitschakelt. Dit kan tot drie (3) seconden duren wanneer er nog een sessie draait.

BATTERIJNIVEAU

Het batterijniveau is een aantal seconden op de grafiek te zien als de Delight Plus voor het eerst wordt aangezet. Het batterijniveau licht ook af en toe op tijdens het afspelen van een sessie. Wanneer het batterijniveau laag wordt, vertoont de grafiek (2) knipperende staafjes. Het is raadzaam de batterij te vervangen voordat u een sessie afspeelt, wanneer deze waarschuwing te zien is. Wanneer de batterij bijna leeg is, vertoont de grafiek een enkel (1) knipperend staafje. Wanneer deze waarschuwing te zien is bij het aanzetten, vervang de batterij. Wanneer de waarschuwing optreedt tijdens een sessie, zal de sessie vroegtijdig beëindigen en de batterij-indicator blijft even knipperen. De batterij *moet* vervangen worden voordat het apparaat weer gebruikt kan worden.

KEUZE VAN EEN SESSIE


De Delight Plus heeft (6) sessiegroepen (🎸, 🎤, 🎧, 🎷, 🎹, 🎺). Elke groep biedt vijf (5) sessies. Het sessienummer wordt aangegeven door het verlichte getal tussen VOL en INT. Als er geen getal te zien is, heeft de groep geen sessie ingeprogrammeerd.


Druk op (🔊) en laat los om van groep te wisselen. De verlichte groep-icon verandert. Druk op Volume of Intensiteit ▲ of ▼ om sessienummer te kiezen. Als er geen sessies in de groep beschikbaar zijn, is er geen getal

De Delight Plus onthoudt de laatstgekozen groep, en elke groep onthoudt de laatstgekozen sessie.



verlicht. Druk op 🎵 om de gekozen sessie te starten. De sessie begint na vijf (5) seconden.

DELIGHT PLUS SESSIES


		Energize Algemene beschrijving	
1	SMR	24 min	14Hz
	Voor het bereiken van ontspannen aandacht.		
2	Beta 1 – Sharpen the Mind	20 min	19-21Hz
	Een geweldige manier om 's ochtends op gang te komen zonder cafeïne. Deze sessie helpt bij het bestrijding van ADD-seizoensdepressiesymptomen. Kan angstaanvallen veroorzaken.		
3	Beta 2 – Sharpen the Mind	20 min	20-23Hz
	Zoals Beta 1, maar met hogere doelfrequentie. Veroorzaakt mogelijkere wijs meer energie of intense gevoelens.		
4	Mental Flexibility	22 min	Variabel
	Voor het “losschudden” van een vastzittende geest. Ook geschikt voor behandeling van fibromyalgie.		
5	Roller Coaster	7 min	Variabel
	Dit is een zeer actieve, onderhoudende sessie. Sommige ADD-lijdens kunnen er baat bij hebben.		

		Meditate Algemene beschrijving	
1	“Wise Guy” Alpha	30 min	10.6Hz
	Het is aangetoond dat mensen met snelle alfa golven hoger dan gemiddelde IQ hebben.		
2	Coffee Break Alpha	15 min	10Hz
	Uitstekend voor wat ontspanning tijdens de koffie- of lunchpauze.		
3	Alpha Relaxer	30 min	10Hz
	Gezonde alfa is 10 Hz. De meeste afwijkingen vertonen langzame alfa. Deze sessie herstelt het natuurlijke alfaritme. Geschikt voor beginners.		
4	Schumann Resonance	22 min	7.8Hz
	Voor een snelle, grondige middagmeditatie. Kalmeert de “hyper/babbelende” geesten. Geschikt voor onderweg.		
5	Theta	36 min	5.5Hz
	Te gebruiken voor creatieve visualisatie. Ook geschikt voor slaap.		

DELIGHT PLUS SESSIES

 Brain Booster Algemene beschrijving			
1	SMR for Reading	20 min	13.5-15Hz
	Te gebruiken met de Tru-Vu Omniscreen Viewhole visor (<i>afzonderlijk verkocht</i>) voor betere aandacht en alertheid bij het lezen.		
2	SMR/Beta	24 min	L 13.5Hz R 18Hz
	Een zachte en entrainerende sessie die helpt bij het focussen van mentale functie en geheugen.		
3	Brain Booster	30 min	L 14-10Hz R 19-10Hz
	Te gebruiken voor betere mentale functies en geheugen. Op basis van Budzynski's onderzoek. Hetzelfde als ADD and Learning, maar met zachtere overgangen. Nuttig voor senioren en ADD-lijdens.		
4	ADD and Learning	26 min	L 14-10Hz R 19-10Hz
	Deze sessie heeft snelle overgangen voor mentale stimulatie om de gebruiker bezig te houden in de sessie. Toegepast bij het ADD-onderzoek gepubliceerd in de <i>Journal of Neurotherapy</i> .		
5	Skill & Sports Development	24 min	7.8-18Hz
Gebruik deze sessie bij de ontwikkeling van vaardigheden of betere prestatie. Visualiseer je beste gevoel in de eerste helft (alfa). Visualiseer je perfecte prestatie tijdens de tweede helft (beta).			
 Sleep Algemene beschrijving			
1	Schumann for Sleep	40 min	7.8Hz
	Voor effectieve diepe meditatie en bevordering van het inslapen. Kalmeert "hyper/babbelende" geest. Ideaal voor slapelozen met een drukke geest.		
2	Meditate to Sleep	45 min	8-3Hz
	Mediteer, visualiseer en denk rustgevende gedachten gedurende de eerste helft (8Hz); val in slaap tijdens de tweede helft (3Hz).		
3	Alpha/Theta for Sleep	36 min	L 10Hz R 6Hz
	Deze sessie helpt bij het verstrooien van negatieve gedachten die de slaap verhinderen.		
4	SMR for Sleep	40 min	14Hz
	Voor betere slaap voor slapelozen met een drukke geest maar ontspannen lichaam.		
5	Delta	45 min	3.5Hz
	Helpt bij het inslapen. Zeer geschikt voor fibromyalgiepatiënten.		

DELIGHT PLUS SESSIES

	Feeling Better Algemene beschrijving		
1	Mood Booster 1	30 min	L 10Hz R 18Hz
	Kalmeert negatieve emoties van de rechter hersenhelft en stimuleert de linkerhelft voor balansherstel alfa-symmetrie.		
2	Mood Booster 2	42 min	L 10Hz R 18Hz
	Deze sessie begint en eindigt met alfa voor vermindering van angst en betere ontspanning.		
3	Sub-Delta	24 min	0.5-1Hz
	Licht onthechtend. Kalmeert de hypothalamus. Geschikt voor sommigen met fibromyalgie of hoge bloeddruk.		
4	Extended Deep Alpha Relaxer	80 min	8.4Hz
	Blijf ontspannen bij de tandarts, massage, fysiotherapie, chiropractische of andere afspraken.		
5	Paradise	36 min	6.5Hz
	Glijdt langzaam in de Theta. Extraverten met lage onrust / angsten produceren hoge hoeveelheden van deze frequentie.		

	Zelf Ontworpen In deze lege sessies kunt u uw eigengemaakte sessies opslaan (mbv de DAVID Session Editor, <i>afzonderlijk verkocht</i>). Zie pag. 18 voor details.		
1			
2			
3			
4			

SOUND SYNC SESSIES







Met de Delight Plus kunt u een speciale sessie voor ontspanning en lucide droomeffecten te spelen op geluidsfragmenten. Voor een Sound Sync-sessie, verbind uw audio-apparaat (bijv. CD of MP3-speler) met het Audio In-contact (🔊) met de bijgeleverde 3,5 mm kabel.

Zet de Delight Plus aan, maar kies geen sessie. Start met het afspelen van de audio. Na ongeveer 10 seconden detecteert de Delight Plus de audio en start de Sound Sync automatisch. De grafiek activeert en toont aanwezige audio; de sessiegroep-iconen knipperen, het geselecteerde icon brandt gestaag.

Power (🔌) indrukken en loslaten om langs de groep-iconen te scrollen. Druk op Tone (🎵) om de gekozen sessie te starten.

Een Sound Sync sessie duurt zolang de audio speelt. Bij beëindiging van de audio sterft de sessie in Soft Off™ weg. Bij detectie van nieuwe audio tijdens de Soft Off™, licht het apparaat weer op en wordt de sessie voortgezet.

Sound Sync-sessies passen randomisatie toe. Linker- en rechterfrequenties wijken licht af van de doelfrequentie voor een lucide-geesteffect.

Sessie	Doelfrequenties
	20 Hz
	Linker Stim 9.5Hz, Rechter Stim 10.5Hz
	Linker Stim 14Hz, Rechter Stim 20Hz
	Linker Stim 7.8Hz, Rechter Stim 8.2Hz
	Linker Stim 10Hz, Rechter Stim 20Hz
	Niets geprogrammeerd

TONEN EN HARTSLAG

Tonen en hartslog kunnen aangezet worden tijdens elke Sound Sync-sessie. Voor tonen, druk op Tone (🎵) en laat los. De tonen scrollen langs de opties (zie pag. 11). Om de hartslog aan te zetten, druk op Tone (🎵) en houdt de knop vast. Wederom op Tone (🎵) drukken en vasthouden om de hartslog uit te zetten.

ZELF ONTWERPEN SESSIES







De groep voor zelf ontworpen sessies (⊕) is leeg voor de opslag van extra, of zelfgemaakte sessies. Er is ruimte voor vijf (5) standaardsessies en één (1) Sound Sync-sessie. Sessies kunnen worden

samengesteld met de afzonderlijk leverbare DAVID Session Editor.

Bovendien kan elke sessie in de Delight Plus overgeschreven worden, zodat uw apparaat van de sessies is voorzien, die het beste bij u passen.

Raadpleeg tevens de documentatie van de DAVID Session Editor voor instructie bij ontwerp van sessies en het downloaden ervan op uw Delight Plus.



Wanneer de sessie klaar is, kunt u hem met een sessienummer in de Delight Plus opslaan. Onderstaand diagram toont hoe het PAL sessienummer (bibliotheeknummer, groepletter, sessienummer) overeenkomt met de Delight Plus groepen en sessies.

Bibliotheek	Groep	#	Groep	#
1	A	1-5		1-5
		6		Sound Sync
	B	1-5		1-5
		6		Sound Sync
	C	1-5		1-5
		6		Sound Sync
2	A	1-5		1-5
		6		Sound Sync
	B	1-5		1-5
		6		Sound Sync
	C	1-5		1-5
		6		Sound Sync

ZELF ONTWERPEN SOUND SYNC-SESSIES

Voor Sound Sync-sessies gelden ontwerprestricties. Ze hebben geen specifieke lengte, en één doelfrequentie per visueel veld. Voor de creatie van een Sound Sync-sessie in de DAVID Session Editor: start met een nieuwe sessie van één (1) enkele module. De Linker en Rechter frequentie is de doelfrequentie. Sound Sync-sessies kunnen niet worden opgeslagen in een standaardrubriek, en een standaardsessie kan niet als een Sound Sync-sessie worden opgeslagen. De Delight Plus toont een foutboodschap bij downloaden van het verkeerde sessietype.

TROUBLESHOOTING

What	Try
1 Grafiekstaaf knippert, Delight Plus schakelt uit	Vervang batterij of gebruik 9-Volt DC adapter
Delight Plus schakelt niet aan	Vervang batterij of gebruik 9-Volt DC adapter
Lichten in visor zijn alleen links te zien	Controleer of de visorkabel volledig ingeplugd is in de bril en het  contact
Tonen en/of hartslag enkel links hoorbaar	Controleer of de koptelefoon volledig in het  contact is geplugd
Geen geluid van externe audio-apparatuur	Controleer of de 3,5 mm verbindingkabel tussen de audiobron en de Delight Plus goed is aangebracht. Controleer het volume van de audiobron.
Delight Plus start Sound Sync niet	Controleer of de 3,5mm verbindingkabel tussen de koptelefoonoutput van de audiobron en de Delight Plus goed is aangebracht. Controleer of de audiobron speelt en regel het volume (audio zou aanwezig moeten zijn in de koptelefoon ingeplugd in de Delight Plus)
Download niet herkend	Controleer of de 3,5mm verbindingkabel tussen de downloadbron en de Delight Plus goed is aangebracht. Regel het bronvolume op gemiddeld luisterniveau (audio zou aanwezig moeten zijn in de koptelefoon, ingeplugd in de Delight Plus).
Sessie start zonder licht en/of geluid	Regel de intensiteit en/of volumeniveau Sla voorkeuren opnieuw op (<i>zie pag. 11</i>)

NASLAGWERKEN

Budzynski, T. & Budzynski, H. (2001) Brain brightening – preliminary report. *In house manuscript*, Mind Alive Inc.

Fox, P. and Raichle, M. (1985) Stimulus rate determines regional blood flow in striate cortex. *Annals of Neurology*, **17(3)**, 303-305.

Shealy, N., Cady, R., Cox, R., Liss, S., Clossen, W., and Veehoff, D. (1989). A comparison of depths of relaxation produced by various techniques and neurotransmitters produced by brainwave entrainment. Shealy and Forest Institute of Professional Psychology. *A study done for Comprehensive Care*, (unpublished).

Heeft u vragen, heeft u assistentie nodig of wenst u informatie te ontvangen over nieuwe productontwikkelingen en onderzoek dat momenteel bij Mind Alive Inc wordt uitgevoerd., bezoek onze website op www.mindalive.com of bel gratis met 1-800-661-MIND(6463). Buiten Canada en de VS, bel (780)465-6463.

BEKIJK DEZE MANUAL ONLINE
www.mindalive.com/manuals/delight_plus_manual.pdf



Mind Alive Nederland

Molenstraat 18
7075 BC Etten (Gld)
www.mindalive.nl
Info@mindalive.nl
Tel. 0315-842612 / 06-81902122

Mind Alive Inc

9008 51 Ave
Edmonton, Alberta
Canada T6E 5X4
www.mindalive.com

Toll Free: 800.661.MIND
Phone: 780.465.MIND
Fax: 780.461.9551
E-mail: info@mindalive.com